

| | | Grade1(軽症) | Grade2(中等症) | Grade3(重症) |
|--------------------------|----------|---|--|--|
| 悪心 | 具体的症状 | | 食事量の減少はあるものの、食事や水分摂取はある程度可能。 | 食事がとれない水分摂取も不十分 |
| | 一般的アドバイス | <ul style="list-style-type: none"> 匂いの強い食事は避け、お粥など消化の良いもの、冷やしたもの、のどごしの良いものなどを少しずつるように勧める 無理をせず、食べたいもの、食べられるものを食べるように説明する 食べられないことで不安を増大させないよう注意を払う 抗がん剤メーカーのHPIに化学療法中の食事のとり方、メニュー例などがあるので参考にする | | |
| 嘔吐 | 具体的症状 | 1日に1-2回吐いた | 1日に3-5回吐いた | 1日に6回以上吐いた |
| | 一般的アドバイス | <ul style="list-style-type: none"> 匂いの強い食事は避け、お粥など消化の良いもの、冷やしたもの、のどごしの良いものなどを少しずつるように勧める 無理をせず、食べたいもの、食べられるものを食べるように説明する 食べられないことで不安を増大させないよう注意を払う 抗がん剤メーカーのHPIに化学療法中の食事のとり方、メニュー例などがあるので参考にする | | |
| 倦怠感 | 具体的症状 | 少しあるが休息で軽快 | 休息してもとれない日常生活の一部が困難 | 休息してもとれない日常生活に大きな支障がある |
| | 一般的アドバイス | <ul style="list-style-type: none"> いつ、どのような状態でだるさが出現し増強するのかを知ってもらう(病院等で指導の際に配布される日誌の活用) 倦怠感のパターンを知り、活動と休息うまく取り入れてもらう(散歩や体操など短時間でできる運動、30分以内を目安とした昼寝など) 治療中は栄養・水分摂取が不十分になりがちなので、消化がよく、栄養価の高いものを摂取してもらう | | |
| 食欲不振 | 具体的症状 | 通常よりやや少ない程度 | 通常の半分程度しか食べられない | 食事もとれない水分摂取も不十分体重減少あり(5~10%減を目安) |
| | 一般的アドバイス | <ul style="list-style-type: none"> 匂いの強い食事は避け、お粥など消化の良いもの、冷やしたもの、のどごしの良いものなどを少しずつるように勧める 無理をせず、食べたいもの、食べられるものを食べるように説明する 食べられないことで不安を増大させないよう注意を払う 抗がん剤メーカーのHPIに化学療法中の食事のとり方、メニュー例などがあるので参考にする | | |
| 口腔粘膜炎(口内炎) | 具体的症状 | | 食事の摂取は可能なものの、刺激物や固形物、熱いものは摂取出来な | 疼痛にて食事の摂取が不能水分摂取も減少 |
| | 一般的アドバイス | <ul style="list-style-type: none"> 食事の前後だけでなく定期的に含嗽し、口腔内を清潔に保つ・柔らかい歯ブラシを使用して口腔内を傷つけない 少しでも症状が出た場合は専門的な口腔ケア指導の受けられる歯科医院を受診する 口腔内を乾燥させない(市販の保湿剤、保湿ジェルなどの使用も有効) 刺激物や熱いものを避け、柔らかいものを摂取する | | |
| 下痢 | 具体的症状 | 水様便3回以下(ベースと比較)ストマから排出量が少し増えた | 水様便4回以上(ベースと比較)又は立て続けな水様便ストマから排出量が増え、排出物を交換する回数が増えた | 水様便7回以上(ベースと比較)ストマから排出量が増え、排出物を交換する回数が増えた。外出ができない。行動範囲の縮小がある等 |
| | 一般的アドバイス | <ul style="list-style-type: none"> 水分を十分にとり、(スポーツ飲料など)、お粥やうどんなど消化の良いものを少しずつ何回かに分けてとるよう説明する 食物繊維に富む食材、脂肪分の多い食べ物、香辛料、カフェインの摂取は避けるよう説明する 免疫チェックポイント阻害薬を使用している患者では、大腸炎を発生することがあります。下痢止めを使用することで下痢に対する治療が遅れ症状が悪化する可能性があるため下痢止めの使用は避けるよう説明する | | |
| 便秘 | 具体的症状 | 時々下剤、軟化剤を使用する | 定期的の下剤、軟化剤、洗腸を使用する | 薬剤を使用しても出ない排便が必要 |
| | 一般的アドバイス | <ul style="list-style-type: none"> 食物繊維に富む食材、適度な脂肪分を取り入れ、食べやすく調理するよう説明する 水分や乳酸菌食品の摂取に努めてもらう 規則正しい食生活を心がけてもらう 散歩などの運動を無理のない範囲で実施するよう説明する | | |
| 手掌・足底発赤知覚不全症候群(手足症候群) | 具体的症状 | 疼痛はなく、軽微なヒリヒリ感や違和感がある。手の平、足の裏が赤くなる。局所的に肥厚した部分がある。 | 疼痛を伴う、紅斑や局所的な肥厚、水疱などがある。歩行に多少の支障あり。家事がしづらい、物が持ちにくいなど、日常に影響がある。 | 疼痛を伴う、紅斑や局所的な肥厚、水疱などが広範囲で認める。歩行に障害あり。ボタンが出来ない、お箸がもてない、入浴できないなど、日常の身近なことに支障がある。 |
| | 一般的アドバイス | <ul style="list-style-type: none"> 保湿剤の使用(朝、夕、入浴後15分以内) 外出時の日焼け防止対策(帽子、日焼け止めクリームSPF20程度のもを頻繁に塗りなおすなど) 運動や手作業により指先や足裏に圧をかけないように注意を促す 靴や靴下は足を締め付けにくい柔らかいものにし、靴擦れや靴下のゴム跡が出ないようにする 手洗いの都度、保湿剤を使用する(市販の保湿剤を使用する場合は、アルコールフリー、無香料のものを選ぶ) 毎日足裏も変化がないか確認する | | |
| 末梢性感覚ニューロパシー(末梢神経障害:感覚性) | 具体的症状 | | 歩行に多少の支障あり。家事がしづらい、物が持ちにくいなど、日常に影響がある。 | 歩行に障害あり。ボタンが出来ない、お箸がもてない、入浴できないなど、日常の身近なことに支障がある。 |
| | 一般的アドバイス | <ul style="list-style-type: none"> 冷たいものにふれるときは注意(冷たい飲みものや水を避ける、エアコンなどの冷気に直接あたらない、手袋を使用) やけど(低温熱傷)の防止(食器を洗うときは適温、炊事ときは専用のゴム手袋を使用、カイロを長時間身につけない) けがや転倒の防止(床につまずきそうなものは置かない、滑りやすいマットやカーベットの敷かない、重いものの移動は一人で行わない) | | |